

Merkblatt

Händehygiene bei Kindern

Eine gute Händehygiene ist ein wichtiger Schutz vor Infektionen – auch bei Kindern. Viele Erkrankungen - wie Magen-Darm-Infektionen, Erkältungen oder Wurmerkrankungen - werden durch Handkontakt übertragen. Gründliches Händewaschen ist eine einfache und wirksame Maßnahme, sich und andere vor einer Ansteckung zu schützen.

Eltern übernehmen bei der Händehygiene eine wichtige Vorbildfunktion. Sie sollen ihre Kinder nicht nur regelmäßig ans Händewaschen erinnern, sondern auch selbst auf gute Händehygiene achten und diese vorleben.

In Kindergärten und Kindertagesstätten, wo Kinder eng miteinander in Kontakt stehen, kommt pädagogischen Fachkräften eine zentrale Rolle zu, den Kindern die Bedeutung einer guten Händehygiene zu vermitteln und sie dabei zu unterstützen, gute Hygienegewohnheiten zu entwickeln.

Richtig Hände waschen ... so geht's:



Bild: Gesundheitsamt Esslingen

- 1. Hände nass machen:** Ob das Wasser warm oder kalt sein soll, könnt ihr selbst entscheiden. Aber richtig nass müssen die Hände sein!
- 2. Rundum einseifen:** Keinen Teil der Hände vergessen: innen und außen einseifen, den Daumen, zwischen den Fingern und ganz vorne an den Spitzen.
- 3. Zeit lassen:** Beim Einschäumen mindestens bis 20 zählen, aber schön langsam!
- 4. Gründlich abspülen:** Jetzt muss der Schaum wieder runter.
- 5. Sorgfältig abtrocknen:** Abtrocknen mit einem sauberen Handtuch ist richtig wichtig und gehört zum Händewaschen dazu.

Besonders wichtig ist das Händewaschen vor dem Essen, nach dem Toilettengang, nach jedem Nachhausekommen, bei sichtbaren Verschmutzungen und nach jedem Tierkontakt. Auch nach Husten, Niesen, Naseputzen sollen Kinder das Händewaschen nicht vergessen.

Steht unterwegs keine Waschmöglichkeit zur Verfügung, sollte vermieden werden, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren und Speisen mit der Hand zu essen.

Ihr Gesundheitsamt